

〈研究ノート〉

福祉系大学におけるスキー実習の学習効果に関する一考察

—事前講習の意義と実習本番に与える影響について—

片山 昭義¹⁾ 中島 悠介²⁾

要約

本学のスキー実習は、事前講習と実習本番プログラムの二部構成になっており、スキー・スノーボードの体験や技術習得のみならず、雪国の生活文化の体験や福祉教育の視点を含めた特色ある学習形態となっている。事前講習では、雪上活動の意義や学生自身の実習における目標設定をしたうえで、実習内容やゲレンデ環境の確認、安全管理やマナーについてなど実習参加にあたってのイメージづくりを行い、本番プログラムでは、現地でしかできないスキー・スノーボードの滑走技術習得やかまくらづくりなどの生活体験を行うプログラムを実施している。そこで本研究では事前講習と実習本番プログラムのそれぞれの学習効果について参加学生のアンケート結果を踏まえた分析と考察を行ったところ、事前講習の効果や意義の明確化、スキー実習全体の学習効果の向上に寄与するポイントなどが明示された。

キーワード スキー実習、スノーボード実習、事前講習、学習効果

目次

1. はじめに
2. 方法
3. 実習の概要
4. 結果
5. 考察
6. まとめ
7. 今後の課題

1 はじめに

スキーは元々、狩人が雪山で獲物を追うための手段として発達したものであり、日本には1991年オーストリアの陸軍少佐テオドル・エードラー・フォン・レルヒが、陸軍の歩兵部隊に伝授したことがスキーの発祥とされている^[1]。以来100余年が過ぎ、スポーツやレジャーとして多くの人々に親しまれ、レジャー白書によれば愛好者は最盛期である1993年

1) 浦和大学 総合福祉学部

2) 浦和大学 総合福祉学部

には1870万人にまで増加した。しかしながら、2012年の同書によれば790万人と激減しており、レジャーブームとしてのスキー・スノーボードの人気は一段落したように見受けられる。

この状況に対して新井ら^[2] (2009) は、スキー・スノーボード人口は著しく減少しているものの10代のスキー・スノーボードに対する潜在需要は男性31.5%、女性40.6%と非常に高い値を示していることを報告しており、高等教育機関での対象年齢からのスキー・スノーボードへ導入が始まる可能性は高く、教養教育や専門教育においてスキー・スノーボードを取り上げる価値は十分にあることを示唆している。

中村ら^[3] (2002) は“大学における体育実技は、生涯にわたるスポーツ習慣の形成及び定着化を図る動機づけという重要な役割を担う”と述べており、大学教育の中で行うスキー・スノーボードの体験は、社会人として必要とされるレジャー教育の重要な部分を担うと考えられる。

そのことを裏付けるように、前出の新井らの報告では実態調査の対象となった1055機関のうち491機関が調査に協力し、うち194機関（実施率39.5%）でスキー・スノーボード実習を行っているとの回答を得ており、多くの大学でスキー・スノーボードを取り入れていることが伺える。

スキー・スノーボード実習の効果については、様々な研究者から報告されている。高山ら^[4] (2010) は“スキー実習に参加した学生のライフスキル獲得の可能性について検討することを試み、自然への感性や自己成長である「出来ないことを出来るまで努力する」という項目に有意差が認められ、短期間ではあるがライフスキルの獲得の可能性を認識できた”と報告している。また中村ら^[5] (2005) はスキー実習中の身体活動について検討し“参加者の実習期間中の身体活動は、おおよそ60～70% HRmaxの運動強度に相当した”と報告しており、高い身体活動量を必要とする種目であることが示された。

本学は福祉系大学であるにも関わらず、学生に対してスポーツ、レクリエーション、野外活動など様々なカリキュラムを提供しており、将来の指導者としての資質向上はもとより、学生自身の健康観や人間関係、レジャー観の教育にも注力しているところである。その中でも1日の学内における事前講習と3日間の学外実習から構成される「スポーツ実技B（スキー）」は、学習効果の高い科目として挙げることができる。

そこで本研究では、同科目を履修した学生に対してアンケート調査を行い、4日間を通じた学生の心境の変化を分析することにより、事前講習の効果や意義の明確化や実習全体の充実に寄与する視点について検討することを目的とした。

2 方法

2.1 アンケートの調査時期

全体で3回の調査を行い、1回目は事前講習の始まった直後、実習の全体像は書面でしか告知されておらず具体的なプログラムなども理解できていない段階である。2回目はスキー場に向かうバスの中、出発して間もなく記入し、実習の目的やプログラム内容などは理解し、

雪上活動のある程度のイメージをつかんでいる段階である。3回目は帰りのバスの中、帰路について間もなく記入し、全てのプログラムを終えて疲労の中で実習内容を振り返っている段階である。

2.2 アンケートの調査項目

アンケートは全体で4部構成となっている。第1部は参加動機や不安要素、実習プログラムに対する期待度（3回目は満足度）など4項目に関する質問を選択させた。第2部は実習中の心境の変化に関する12項目の質問を「1：全く当てはまらない」「2：あまり当てはまらない」「3：どちらでもない」「4：やや当てはまる」「5：とても当てはまる」の5件法で選択させた。内容は学生自身のコミュニケーション力、積極性、自己効力感、他者評価、社会貢献の意識、大学への所属感などである。第3部は実習全体の期待度（3回目は満足度）を0～100の数値で記述させた。第4部は実習に臨む心境（3回目は実習を終えての感想）を自由記述させた。

2.3 データの統計方法

「スポーツ実技B（スキー）」を履修した37名（男性30名、女性7名）に対してアンケート調査を実施した。なおアンケートに欠損が多いデータを除外し、32名（男性29名、女性3名、有効回答率86.49%）を有効回答とし分析を行った（表1参照）。今回のアンケート結果の分布を検定したところ、ほとんどの項目で正規分布は認められなかった。したがって、分析はノンパラメトリックの方法で行った。用いた統計方法は事前講習時、実習出発時、実習終了時の3時点の変化を明らかにするために、ノンパラメトリックで対応のあるデータの分析をする方法であるFriedmanの検定を用いて検定を実施した。また、多重比較にはWilcoxonの符号付順位和検定または χ^2 検定によって算出されたp値を、Bonferroni法を用いて有意水準が $p<0.016$ 以下を5%水準に、 $p<0.003$ 以下を1%水準として調整を行った。また、実習の参加動機の事前講習時、実習出発時、実習終了時の変化を分析した。参加動機のアンケートの解答は質的データであるため χ^2 検定を用いて分析を行った。

表1 有効回答数の内訳

	n（人）	平均年齢（歳）	標準偏差
男	29	18.83	±0.46
女	3	18.67	±0.47
計	32	18.81	±0.46

2.4 倫理的配慮

本調査を行うに当たり対象者には研究の目的を詳しく説明し、本人の同意を得て実施した。また、明らかになった結果は個人が特定されないこと、個人情報に十分配慮してデータが扱

われることを伝え調査を実施した。なお、本研究は浦和大学倫理委員会の承認を得て調査を行った（倫理審査番号：005）。

3 実習の概要

3.1 実習の目的

浦和大学総合福祉学部シラバス2014^[6]によると「本実習は、福祉領域のスキー・スノーボードの滑走技術習得を中心として実習プログラムが構成されている。そのため学生たちには、大自然の中でのスキーやスノーボードの楽しさを満喫させることは当然のこと、指導者として子どもから高齢者・障害者までの幅広い対象者に対し、大自然の懷の中で雪上を利用したスノースポーツの指導・支援ができるように雪山での体験を習得させる。更に、本実習には福祉の人材育成が教育の一環として課されている。そのため、雪山での生活の中では集団生活を通じてお互いが協力・助け合いをしながらお互いの人間関係をより高められるような実習とする。」とあり、スキーやスノーボードの体験や技術習得のみならず、福祉支援の対象者に対する支援や福祉人材教育としても位置付けられている。

3.2 実施期間・場所

実施期間と場所は、事前講習は2月18日（水）学内にて、実習本番は2月23日（月）～25日（水）新潟県舞子スノーリゾートにて実施した。

参加学生はプログラムによりレッスン班とアクティビティ班に分けて活動した。レッスン班はスキーやスノーボードの技能別レッスンを受けるための班であり、アクティビティ班はかまくらづくりや雪合戦など雪上の生活文化を体験するための班である。レッスン班はスキー部門が「上級：パラレル可能」「中級：ボーゲン程度」「初級：初心者」の3班、スノーボード部門は「上級：経験者」と「初級：初心者」が3班の合計4班であった。アクティビティ班は男女比や大学内でのクラス、学生スタッフの配置を勘案し、均等に7名程度になるよう6班で構成した。

3.3 スケジュールと実習内容

本研究の対象とした「スポーツ実技B（スキー）」のプログラムは、事前講習と実習本番に分けられる。事前講習は通常授業1～4限の範囲で実施し、内容としては次の通りである。

1 限（9：00～10：30） 雪上活動の意義

- ①シラバスの確認
- ②カードワークを活用し「雪上活動（体験）でできること」をまとめる

2 限（10：40～12：10） 本実習における目標設定

- ①スキー実習の目的確認
- ②障がい者の理解と支援者の役割
- ③演習シートに沿って各自目標設定

3限（13：00～14：30） 本実習におけるイメージづくり

- ① 昨年の実習風景紹介
- ② 実習概要の確認
- ③ 実習会場紹介
- ④ ゲレンデにおける安全管理やマナーの確認

4 限 (14:40~16:10) スキー・スノーボードの滑走技術

- ③ 〃 (スノーボード編)

実習本番のプログラムは表2の通りであり、主に技能別レッスンと雪遊び体験、そしてフリー滑走や交流プログラムに分類される。

表2 スポーツ実技B（スキー）のスケジュール

2月23日（月）		2月24日（火）		2月25日（水）	
8:15 8:30	東川口駅 集合 東川口駅 バス出発 ～バス移動～ ※途中昼食（お弁当）	7:00 8:45 9:00 11:30	起床・朝食 ゲレンデ集合 レッスン② 昼食（ホテル）	7:00 9:00 11:30	起床・朝食 部屋清掃・荷物移動 選択プログラム ①ソリ遊び ②フリー滑走 雪遊び体験④ 「雪合戦」
12:00 13:30 17:00	舞子高原到着 開講式・チェックイン レンタル確認 レッスン① 雪遊び体験① 「そり・チュービング」 入浴・休憩	13:00 15:30 17:00	～休憩～ レッスン③ 雪遊び体験③ 「かまくらづくり」 入浴・休憩	13:00 13:30 15:00	昼食（ホテル） 閉講式 舞子高原 バス出発 ～バス移動～ ※途中休憩
18:30 20:30 22:00 23:00	夕食（ホテル） 雪遊び体験② 「アイスクリーム作り」 就寝準備 ～入浴可～ 就寝	18:00 20:30 22:00 23:00	夕食（ホテル） ※夕食後、希望者は ナイトスキー体験 演習（交流） 映像を見ながら レッスンのふりかえり 就寝準備 ～入浴可～ 就寝	18:00	東川口駅 到着 解散

4 結果

4.1 実習の参加動機

事前講習時から出発時、終了時それぞれにおいて実習に参加する動機をアンケートにて調査を行った。各時点の差を明らかにするために、 χ^2 検定を用いて検定を行った（表3参照）。

なお終了時のアンケート項目に関しては、実習を終えて実現できたことを対象者に問う内容である。

「スキーもしくはスノーボードをしたいから」という参加動機は事前講習時に14名(43.75%)、出発時に18名(56.25%)、終了時に25名(78.13%)となり、事前講習時と終了時の間に有意な差が認められた。「スキーもしくはスノーボードをうまくなりたいから」という参加動機は事前講習時に6名(18.75%)、出発時に6名(18.75%)、終了時に25名(78.13%)となり、事前講習時と終了時、出発時と終了時の間に有意な差が認められた。「スキーもしくはスノーボードを指導できる指導者になりたいから」という参加動機は事前講習時に2名(6.25%)、出発時に1名(3.13%)、終了時に2名(6.25%)となり、差は認められなかった。「雪国でしかできない体験があるから」という参加動機は事前講習時に3名(9.38%)、出発時に6名(18.75%)、終了時に15名(46.88%)となり、事前講習時と終了時、出発時と終了時の間に有意な差が認められた。「友達と一緒に過ごせるから」という参加動機は事前講習時に4名(12.50%)、出発時に6名(18.75%)、終了時18名(56.25%)となり、事前講習時と終了時、出発時と終了時の間に有意な差が認められた。「単位が欲しいから」という参加動機は事前講習時に8名(25.00%)、出発時に8名(25.00%)、終了時に10名(31.25%)となり、差は認められなかった。

表3 実習に参加する目的の変化

	①事前講習時	②出発時	③終了時*	χ^2 検定
スキーもしくはスノーボードをしたいから (体験できた)	14 (43.75)	18 (56.25)	25 (78.13)	①-③*
スキーもしくはスノーボードをうまくなりたいから (うまくなった)	6 (18.75)	6 (18.75)	25 (78.13)	①-③** ②-③**
スキーもしくはスノーボードを指導できる指導者になりたいから (なれる自信がついた)	2 (6.25)	1 (3.13)	2 (6.25)	n.s.
雪国でしかできない体験があるから (できた)	3 (9.38)	6 (18.75)	15 (46.88)	①-③** ②-③*
友達と一緒に過ごせるから (過ごせた)	4 (12.50)	6 (18.75)	18 (56.25)	①-③** ②-③**
新しい友達を作りたいから (作れた)	1 (3.13)	2 (6.25)	6 (18.75)	n.s.
単位が欲しいから (取得できた)	8 (25.00)	8 (25.00)	10 (31.25)	n.s.

※終了時の質問は()内の文言となっている
n.s.=nonsignificant *= $p<0.05$ **= $p<0.01$

人
(%)

4. 2 実習参加に際しての不安

実習に参加するに当たりどのような不安があるかを調査するために、事前講習時、出発時、終了時の各時点でアンケート調査を行った（表4参照）。なお終了時に項目は、実習を通して良かったことを問う内容のアンケートとなっている。

表4 実習に参加する上での不安の変化

	①事前講習時	②出発時	③終了時*	χ^2 検定
うまく滑ることができるか (できた)	20 (62.50)	21 (65.63)	23 (71.88)	n.s.
怪我をするのではないか (しなかった)	10 (31.25)	13 (40.63)	18 (56.25)	n.s.
寒くないか (なかった)	8 (25.00)	7 (21.88)	9 (28.13)	n.s.
実習内容が十分把握できてない (できた)	2 (6.25)	1 (3.13)	16 (50.00)	①-③* ②-③*
宿舎は快適か (だった)	12 (37.50)	11 (34.38)	13 (40.63)	n.s.
食事はおいしいか (おいしかった)	5 (15.63)	6 (18.75)	15 (46.88)	①-③*
友達と仲良く過ごせるか (過ごせた)	5 (15.63)	6 (18.75)	20 (62.50)	①-③** ②-③**
準備が十分できていない (できた)	6 (18.75)	0 (0.00)	8 (25.00)	②-③*
楽しい体験ができるか (できた)	11 (34.38)	7 (21.88)	26 (81.25)	①-③** ②-③**
現地で借りる道具は気に入るか (気に入った)	2 (6.25)	2 (6.25)	7 (21.88)	n.s.
インストラクターは良い人か (だった)	2 (6.25)	2 (6.25)	17 (53.13)	①-③** ②-③**

※終了時の質問は（ ）内の文言となっている
n.s.=nonsignificant *= $p<0.05$ **= $p<0.01$

人
(%)

「うまく滑ることができるか」という項目は事前講習時に20名（62.50%）、出発時に21名（65.63%）、終了時に23名（71.88%）となり、差は認められなかった。「怪我をするのではないか」という項目は事前講習時に10名（31.25%）、出発時に13名（40.63%）、終了時に18名（56.25%）となり、各群の差は認められなかった。「寒くないか」という項目は事前講習時に8名（25.00%）、出発時に7名（21.88%）、終了時に9名（28.13%）となり、各群の差は認められなかった。「実習内容が十分把握できてない」という項目は事前講習時に2名（6.25%）、出発時に1名（3.13%）、終了時に16名（50.00%）となり、事前講習時と終了時、出発時と終了時に有意な差が認められた。「宿舎は快適か」という項目は事前講習時に

12名 (37.50%)、出発時に11名 (34.38%)、終了時に13名 (40.63%) となり、各群に差は認められなかった。「食事はおいしいか」という項目は事前講習時に5名 (15.63%)、出発時に6名 (18.75%)、終了時に15名 (46.88%) となり、事前講習時と出発時の間に有意な差が認められた。「友達と仲良く過ごせるか」という項目は事前講習時に5名 (15.63%)、出発時に6名 (18.75%)、終了時に20名 (62.50%) となり、事前講習時と終了時、出発時と終了時の間に有意な差が認められた。「準備が十分できていない」という項目は事前講習時に6名 (18.75%)、出発時に0名 (0.00%)、終了時に8名 (25.00%) となり、出発時と終了時の間に有意な差が認められた。「楽しい体験ができるか」という項目は事前講習時に11名 (34.38%)、出発時に7名 (21.88%)、終了時に26名 (81.25%) となり、事前講習時と終了時、出発時と終了時の間に有意な差が認められた。「現地で借りる道具は気に入るか」という項目は事前講習時に2名 (6.25%)、出発時に2名 (6.25%)、終了時に7名 (21.88%) となり、各群の差は認められなかった。「インストラクターは良い人か」という項目は事前講習時に2名 (6.25%)、出発時に2名 (6.25%)、終了時に17名 (53.13%) となり、事前講習時と終了時、出発時と終了時の間に有意な差が認められた。

4. 3 実習の期待度と満足度

実習の期待度とは、0 から100までの間でどれくらい期待しているかを調査した項目である。0 に近いほど期待度が低く、100に近いほど期待度が高いといった解釈ができるように設定された項目である。なお、この項目は終了時に関して期待度ではなく満足度として調査を行った。

その結果、事前講習時の平均値は 65.65 ± 19.86 、出発時の平均値は 65.35 ± 18.01 、終了時の平均値は 85.74 ± 11.95 であることが明らかになった。3 群間の差を明らかにするために、Friedmanの検定を用いて分析したところ、 $p < 0.01$ で有意に差があることが明らかになった。更に多重比較の分析を行ったところ、事前講習時と終了時 ($p < 0.01$)、出発時と終了時 ($p < 0.01$) に有意差があることが明らかになった。

また、「実習に参加して良かったか」という項目の結果は、事前講習時の平均値は 3.59 ± 0.93 、出発時の平均値は 3.34 ± 0.61 、終了時の平均値は 4.17 ± 0.92 となり、Friedmanの検定を行ったところ有意な差が認められた ($p < 0.01$)。更に多重比較を行い、出発時と終了時の間に1%水準の有意な差があることが明らかになった (図1 参照)。

4. 4 各プログラムの期待と評価

実習で実施されたプログラムは、技能別スキー・スノーボードレッスン、アイスクリームづくり、かまくらづくり、ナイタースキー、フリー滑走、ソリ・チュービング、雪合戦である。各プログラムは事前講習時に概要が対象者に伝えられ、アンケートによって対象者の期待度が確認され、実施後には評価として調査を実施した (表5 参照)。

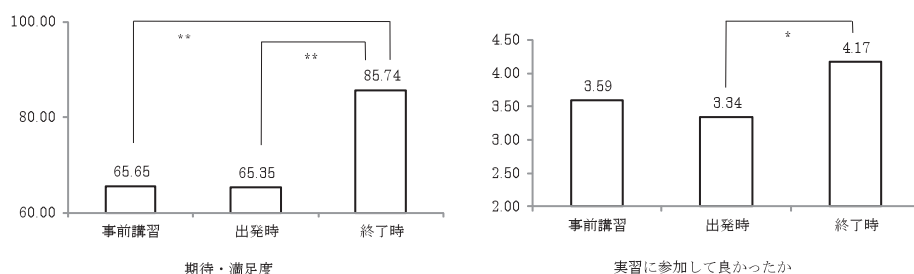


図1 事前講習時、出発時、終了時の期待、満足度の変化

・検定方法はWilcoxonの符号付順位和検定を用いて検定を行った。

・*= $p<0.05$ **= $p<0.01$

・期待度、満足度の項目は0は全く期待していない（全く満足しなかった）、100はすごく期待している（すごく満足した）の間でどのくらいあるかを問う内容となっている。

表5 期待しているプログラムとその評価

	①事前講習時	②出発時	③終了時	χ^2 検定
技能別レッスン	19 (59.38)	9 (28.13)	18 (56.25)	n.s.
アイスづくり	4 (12.50)	4 (12.50)	0 (0.00)	n.s.
かまくらづくり	7 (21.88)	6 (18.75)	4 (12.50)	n.s.
ナイタースキー	12 (37.50)	18 (56.25)	22 (68.75)	n.s.
フリー滑走	14 (43.75)	21 (65.63)	29 (90.63)	①-③**
ソリ・チュービング	10 (31.25)	4 (12.50)	7 (21.88)	n.s.
雪合戦	7 (21.88)	8 (25.00)	5 (15.63)	n.s.

n.s.=nonsignificant **= $p<0.01$

人
(%)

事前講習時に技能別レッスンを楽しみだと答えた対象者は19名（59.38%）、出発時には9名（28.13%）、終了時に楽しかったと答えた対象者は18名（56.25%）となり、各群の差は認められなかった。アイスづくりを楽しみだと答えた対象者は、事前講習時に4名（12.50%）、出発時に4名（12.50%）、終了時に楽しかったと答えた者は0名（0.00%）となり、各群に差は認められなかった。かまくらづくりを楽しみだと答えた対象者は、事前講習時に7名（21.88%）、出発時に6名（18.75%）、終了時に楽しかったと答えた者は4名（12.50%）となり、各群に差は認められなかった。ナイタースキーを楽しみだと答えた対象者は、事前講習時に12名（37.50%）、出発時に18名（56.25%）、終了時に楽しみだと答えた者は22名（68.75%）となり、各群に差は認められなかった。フリー滑走を楽しみだと答えた対象者は、事前講習時に14名（43.75%）、出発時に21名（65.63%）、終了時に楽しかったと答えた者は

29名(90.63%)となり、事前講習時と終了時の間に有意な差が認められた。ソリ・チュービングを楽しみだと答えた対象者は、事前講習時に10名(31.25%)、出発時に4名(12.50%)、終了時に楽しかったと答えた対象者は7名(21.88%)となり、各群に差は認められなかった。雪合戦を楽しみだと答えた対象者は、事前講習時に7名(21.88%)、出発時に8名(25.00%)、終了時に楽しかったと答えた者は5名(15.63%)となり、各群に差は認められなかった。

4. 5 実習を通した対象者の変化

実習に参加した対象者の事前実習時、出発時、終了時の変化を明らかにするために、Friedmanの検定を用いて分析を行った(表6参照)。

表6 事前研修時、出発時、終了時の各項目の比較

	事前 n=32	出発 n=32	終了 n=32		事前 n=32	出発 n=32	終了 n=32
他者とのコミュニケーションが得意	2.91 ±0.93	3.00 ±0.72 n.s.	3.00 ±0.76	社会に貢献できている	2.63 ±0.98	2.66 ±0.60 n.s.	2.81 ±0.86
実習への積極的参加	3.59 ±1.07	3.44 ±0.67 n.s.	3.88 ±0.91	仲間との一体感を 感じた	3.22 ±1.01	2.97 ±0.65 n.s.	3.28 ±0.92
他者からどう思われているか不安*	3.16 ±1.02	3.38 ±0.83 n.s.	3.31 ±1.06	コミュニケーション 能力が高まった	3.50 ±0.95	3.13 ±0.71 n.s.	3.31 ±0.69
恥ずかしさでその場 に応じた対応が取れない*	3.00 ±0.92	2.94 ±0.84 n.s.	3.06 ±1.05	この大学の学生で 良かった	3.75 ±1.05	3.53 ±0.88 n.s.	3.81 ±0.90
実習を有意義に過ご せた	3.45 ±1.09	3.23 ±0.76 *	3.90 ±0.98	スポーツは得意である	3.06 ±0.76	2.94 ±0.84 n.s.	2.84 ±0.68
自分に自信がある	2.42 ±1.03	2.39 ±0.80 n.s.	2.52 ±1.03	困難なことでも やり遂げられる	3.69 ±0.93	3.41 ±0.87 n.s.	3.66 ±0.79

※逆転項目

検定方法はWilcoxonの符号付順位検定を用いて検定

*=p<0.05

「他者とのコミュニケーションが得意か」という項目の結果は、事前講習時に平均値2.91±0.93、出発時に平均値3.00±0.72、終了時に平均値3.00±0.76となった。「実習への積極的参加」に関する項目の結果は、事前講習時に平均値3.59±1.07、出発時に平均値3.44±0.67、終了時に平均値3.88±0.91となった。「他者からどう思われているか不安」という項目の結果は、事前講習時に平均値3.16±1.02、出発時に平均値3.38±0.83、終了時に平均値3.31±1.06となった。「恥ずかしさでその場に応じた対応が取れない」という項目の結果は、事前講習時に平均値3.00±0.92、出発時に平均値2.94±0.84、終了時に平均値3.06±1.05となった。「自分に自信がある」という項目の結果は、事前講習時に平均値2.42±1.03、出発時に平均値2.39

± 0.80 、終了時に平均値 2.52 ± 1.03 となった。「社会に貢献できている」という項目の結果は、事前講習時に平均値 2.63 ± 0.98 、出発時に平均値 2.66 ± 0.60 、終了時に平均値 2.81 ± 0.86 となった。「仲間との一体感を感じた」という項目の結果は、事前講習時に平均値 3.22 ± 1.01 、出発時に平均値 2.97 ± 0.65 、終了時に平均値 3.28 ± 0.92 となった。「コミュニケーション能力が高まった」という項目の結果は、事前講習時に平均値 3.50 ± 0.95 、出発時に平均値 3.13 ± 0.71 、終了時に平均値 3.31 ± 0.69 となった。「この大学の学生で良かった」という項目の結果は、事前講習時に平均値 3.75 ± 1.05 、出発時に平均値 3.53 ± 0.88 、終了時に平均値 3.81 ± 0.90 となった。「スポーツは得意である」という項目の結果は、事前講習時に平均値 3.06 ± 0.76 、出発時に平均値 2.94 ± 0.84 、終了時に平均値 2.84 ± 0.68 となった。「困難なことでもやり遂げられる」という項目の結果は、事前講習時に平均値 3.69 ± 0.93 、出発時に平均値 3.41 ± 0.87 、終了時に平均値 3.66 ± 0.79 となった。これらの項目は検定の結果、有意な差は認められなかった。

「実習を有意義に過ごせたか」という項目の結果は、事前講習時に平均値 3.45 ± 1.09 、出発時に平均値 3.23 ± 0.76 、終了時に平均値 3.90 ± 0.98 となり、Friedmanの検定を行ったところ有意な差が認められた ($p < 0.05$)。更に多重比較を行い、出発時と終了時の間に5%水準の有意な差があることが明らかになった。

5 考察

本実習の全体的な満足度は、事前講習時または出発時の期待度と終了時の満足度を比べた結果を見る通り高いものとなった。この結果は、今回の実習の目的、プログラム内容、スノースポーツの楽しみ等が対象者に伝わったこと、そしてスキーやスノーボードの技術が向上した事などが原因だと考えられる。そもそも本実習の参加者はスキー、スノーボード共に初心者の割合が高く、初めて体験する対象者が多かった。そのため、3日間を通して得られた技術の向上、向上する事によって得られる楽しみを感じやすい対象者だったと考えられる。実際に、終了時のアンケートでスキーやスノーボードがうまくなったと答える者の割合が高かったことから、実習の満足度を向上させるためには何かを達成するという実感を得ることが重要だと考えられる。

本研究の特徴的なところとして、事前研修の検証を併せて行っていることが挙げられる。事前研修時と出発時に行ったアンケートの結果を比べてみると、実習の準備に関する不安を取り除く効果などは見られたものの、全体的に大きな変化は得られなかった。事前研修は一定の効果があったことを示しつつも、これから改善が求められることが明らかになった。特に実習に対する不安を取り除く上で、事前実習は大きな役割を担っている。実習地の天候や行われるプログラム、グレンデの状況、宿舎の状況などを明確に伝える事で、実習に参加する者の不安を取り除くことが期待できる。今回の事前講習では実習の目的、目標の確認、雪上活動の理解を深める事、スキーまたはスノーボードの安全管理、スキーまたはスノーボードの道具の確認、実習スケジュールの確認などが行われた。今後事前実習を更に有効なものにするためには、具体的なプログラムの映像を見せる事や、前年度行われた資料を見せる事

で実習へのイメージをもっと鮮明につけさせる必要があるのではないだろうか。

また今回の結果から課題として挙げられることは、コミュニケーション能力の高まりや仲間との一体感の高まりなどの項目が実習前と変わらなかったことである。実習全体の満足度は高く、スキーやスノーボードの技術が向上したと答える対象者が多かった事は重要なことである。しかし、福祉の人材を教育するという側面を持つ本実習では、スキーやスノーボードの技術だけではなくコミュニケーション能力の高まりやグループの一体感を高めることが求められている。今回の調査ではコミュニケーション能力や一体感を高めるという明確な結果にはならなかった。

そもそもスポーツを通してコミュニケーションなどのような日常場面で用いられる社会的スキル（ライフスキル）を獲得することはできると考えられている^[7]。市村ら^[8]（2002）は“体育やスポーツは社会的場面を多く含む活動であるとし、社会的スキルを学ぶ良い機会になり得る”ことを指摘している。実際にアメリカではSUPERプログラムやGOALプログラム、Play It Smartプログラムなど、スポーツを通してこどもの社会的、人間的発達を目指す教育プログラムが行われており、スポーツを行う事で人が生活を行っていく上で重要となる“ライフスキルを獲得させる取り組み”は盛んに行われている^[9]。

本実習もスキーまたはスノーボードというスポーツを題材に、福祉の人材として重要となるコミュニケーション能力やグループの一体感を醸成する試みを実習のプログラムを通して行っている。例えばアイスクリームづくりやかまくらづくり、雪合戦などのプログラムはアクティビティ班を作成し、そのメンバーで協力して取り組むように計画されている。アイスクリームづくりでは作成過程の中に、班対抗のレースを行う事でグループの一体感を醸成し、かまくらづくりでは班で一つのかまくらを作成する中に役割分担、協力を促すように考えられている。また、雪合戦では明確なルールを決め、グループで話し合わなければ実践できないようにプログラムの工夫が行われている。実際にこれらのプログラムを振り返るレポートでは、交流を深める事ができた、一体感を持つことができたという声が多く挙げられている。しかし本研究の結果では、変わらないという事が明らかになった。

この原因として考えられるのは、スキーやその他のプログラムの際には交流を図り一体感を作れていたが、日常生活の場面には転用できなかったことが考えられる。そもそもライフスキルの獲得にはプロセスが存在している。ステップ1としてスポーツ場面における心理社会的スキルの利用、ステップ2としてスポーツ場面における心理社会的スキルの獲得、ステップ3として日常生活場面におけるスキルの転移一般化あるいは変換であるとされ、ステップ3まで達成して初めてライフスキルの獲得になると考えられている。本実習ではおそらくステップ1あるいはステップ2までで止まってしまい、スポーツ場面で使ってきたライフスキルを日常場面に活用できるという自信を生むことができなかったのではないだろうか。

日常生活の場面でも活用できるようにするためには、まずは本人にスポーツ場面でライフスキルを利用したという自覚を持たせることが重要だと考えられる。その自覚を促すために欠かせないものが実習日誌やレポートの活用である。今回の実習においても、毎日日誌を記

入し、最後には授業評価のためのレポートを提出させている。しかし、日誌で答える内容は実施されたプログラムや簡単な感想に留まる内容のものであった。もっと明確にライフスキルに繋がるような出来事や関わりを思い出させるような質問項目にすることで、ライフスキルを使った実感を持たせるきっかけになるのではないだろうか。今後の実習の課題として挙げ、更にコミュニケーション能力や一体感を作り、自らの成長を感じ取れるような実習を考えていくことが重要だろう。

6 まとめ

本研究は、本学スキー実習科目における事前講習の意義の明確化や実習全体の充実に寄与する視点について検討することを目的とした。その結果、次の知見が得られた。

- (1) 本調査において受講学生が不安に感じている点について、事前講習時から実習出発時の変化を比較したところ、いずれの項目も統計的な差は見られなかった。しかしながら、準備が十分にできていないという項目に対して、事前講習時には不安を訴えていた者が、出発時にはゼロになったことは特筆すべき点であり、いかに受講学生自身が行う実習に必要な準備を明確に伝えるかが、事前講習の意義として重要であることが示された。また、不安に感じている点が現地に行ってみないと分からない、体験してみないと分からない質問項目も多く、映像などを多用して実習内容のイメージを伝えたり、実習経験者の体験談などを交えて質疑応答をしたりすることでイメージづくりをさせるなど工夫すべき余地があることも考えられる。
- (2) 実習全体の評価は、期待度から満足度へ有意な差があったことから、概ね高かったと考えることができる。しかしながらプログラム別に見ると、満足度の高かった項目は技能別レッスン、ナイタースキー、フリー滑走などでスキー・スノーボードの体験や技能習得に限定される。本学スキー実習科目の目標達成に向けて、雪国の生活文化体験や参加学生同士の交流プログラムの充実を図る必要性が示唆されたと考えられる。
- (3) 実習期間中の心理的变化について、有意義に過ごすことができたという項目について有意な差が認められたが、その他の項目について差は認められなかった。福祉人材を教育するという観点から、実習を通して自己成長を実感してほしいという期待はあったが、短期間の中で気持ちを醸成させるには時間的に短かったのではないかと考えられる。そこで、実習終了後2週間後に提出させたレポート課題の記述から、自己成長につながったと推察される記述を列举し、実習の成果の一端として紹介したい。

<自己発見>

- ・恐怖心に打ち勝って物事を貫き通せる自分に驚いた。
- ・滑れないと思っていたが滑ったらとても楽しかった。自分はスポーツが好きだと再認識できた。
- ・うまくなりたい一心で、諦めずにターンの練習を何回も繰り返していた。
- ・雪合戦でチームの為に何かしたいという気持ちから、自ら率先して旗を取りに攻めた。

- ・(普段一人で居ることが多いが)一人で滑るより、何人かで滑るほうが断然楽しかった。
- ・アウトドアのスポーツは向いていない、好きになれないと思っていた自分が楽しんでスキーをしていることに終始驚いた。

<対人関係>

- ・友人と寝食を共にするのはとても楽しく、あまりしゃべったことの無い人とも話すことができた。
- ・あまり滑れなかった友人が滑れるようになってとても嬉しかった。
- ・“気遣いと優しさ”を友人からも受けたし、自分もできていたと思う。
- ・インストラクターの姿勢から支援者に必要な態度を学ぶことができた。
- ・自分にはたくさんの友達がいるが、一段と仲良くなれた気がした。
- ・人見知りが強い私でしたが、少し改善できた気がする。
- ・この実習で初めて一緒に部屋になった友人と、この先も仲良くやっていけると思った。
- ・自分が遅れてしまっても、友人が待っていてくれたり、応援してくれたりしたことがとても嬉しかった。
- ・自分はあまりコミュニケーションを取ることで得意ではないと思っていたが、自分からグループのメンバーに声をかけていたり、うまくできていない人のサポートやアドバイスをしたりするなど、自分でも驚いている。

<自己肯定感>

- ・もっとうまくなって、来年は学生スタッフとして参加したい。
- ・失敗を怖がってはいけない。勇気を出して一歩進めば何とか上手くいく。
- ・すべてのプログラムに全力で取り組むことができた。

7 今後の課題

本研究では、事前講習の効果や意義の明確化を検証するため、受講学生に対して3回のアンケート調査を実施した。その中で2回目については、事前講習から4日が経過していたことや出発当日の早朝であり受講学生の気分も低下していたと考えられ、正確なデータが収集できなかったと推定される。本来の目的を達成するためには、事前講習終了後に調査を実施することが必要であったと思われる。

〔注〕

- [1] 公益財団法人全日本スキー連盟編,『教育本部 スキー指導と検定 2014年度版』p16, スキージャーナル株式会社, 2013年
- [2] 新井健之, 青木通, 伊藤巨志他,『高等教育機関におけるスキー・スノーボード実習の実態調査報告1—平成20年度のスキー・スノーボード実習の実施状況—』, 日本体育学会, 2009年
- [3] 中村充, 伊藤政男, 東根明人,「スポーツ実技実習の授業評価および指導に関する研究—」大学ス

- キー実習を対象として一」『順天堂大学スポーツ健康科学研究』第6号p123-136, 2002年
- [4] 高山昌子, 雑賀亮一, 「ライフスキル獲得を目的としたスキー実習参加学生の効果に関する一考察」『太成学院大学紀要』第12巻(通号29号) p73-78, 2010年
- [5] 中村真理子, 田中繁宏, 四元美帆他, 「スキー実習中の身体活動が脈波伝搬速度に及ぼす影響」『武庫川女子大学紀要(自然科学)』p13-17, 2005年
- [6] 浦和大学総合福祉学部編, 『2014SYLLABUS』p42, 2014年
- [7] 村山佳生, 日本スポーツ心理学会編『スポーツ心理学その軌跡と展望』p70, 大修館書店, 2004年
- [8] 市村操一, 中川昭, 『体育と社会的スキル教育、体育授業の心理学』p104-109, 大修館書店, 2002年
- [9] 村山佳生, 日本スポーツ心理学会編『スポーツ心理学その軌跡と展望』p71, 大修館書店, 2004年

【執筆分担】

片山昭義(1 はじめに、2 方法 ※2.3データの統計方法は除く、3 実習の概要、6 まとめ、7 今後の課題)

中島悠介(2.3データの統計方法、4 結果、5 考察)

Summary

A Study on the Learning Effect of the Skiing Training in the Welfare System University
— Concerning the Influence to Give Significance and the Training Public Performance of the Introductory Session —

Akiyoshi Katayama, Yusuke Nakajima

The skiing exercise course of our university consists of two parts: the introductory and the practical sessions. The course is uniquely designed for students to learn not only the experience and skills of skiing and snowboarding but also the life and customs in the snow region and the perspective of the welfare education. In the introductory session, students learn the significance of activities on snow and set the individual goal to achieve in the practical session. Also, they get familiarized with the contents of the practical session, the environment around the skiing trail, safety management and etiquette to build the image for participating the next session. In the practical session, programs are conducted to master the skiing and snowboarding techniques and to experience life of the snow region with making snow houses and so on. Therefore, in this study, I first conducted a questionnaire survey on the leaning effect of students in the introductory and practical sessions, and then analyzed and examined their answers. The result shows that the effectiveness and significance were clearly identified in the introductory session. And, several points were revealed to enhance the learning effect of the course overall.

Keywords Skiing Training, Snowboarding Training, Introductory Session,
Learning Effect

(2015年5月14日受領)